

અંક : ૨૫

જુલાઈ ૨૦૨૪

દશનામ

સરક્યુલર

માસિક ગુજરાતી ઇ-મેગેઝિન



દશનામ

સરક્યુલર

વર્ષ : ૦૩

અંક : ૨૫

જુલાઈ ૨૦૨૪

તંત્રી

લલિતપુરી રમણપુરી ગોસ્વામી
મો. 9898 550 833

E-mail

dashnamcircular@gmail.com

પ્રકાશન અને સંકલન
લલિતપુરી આર. ગોસ્વામી
સુરત.

ડિઝાઈન
શ્રી.પરવીકેશનસ
સુરત.

પ્રાપ્તિ સ્થાન



વોટ્સએપ ગ્રુપ JOIN



ટેલિગ્રામ ચેનલ JOIN



ગુગલ ડ્રાઈવ CLICK



INTERNET Archive
ગુજરાતી ગોશ્લોકો અને CLICK

તંત્રીલેખ...

નમ્રતા...

- નમ્રતા એ જ સાચી મહાનતા છે.
'નમે તે સૌને ગમે.'
- પોતાના સ્વમાનમાં રહી સૌને સન્માન આપવું એ નમ્રતા છે.
- સ્વયંમાં ચોક્ષ્યતા, સામર્થ્ય અને સાધન સંપન્નતા કોવા છતાં એનો અહંકાર ન કરવો, એનાથી બીજા લોકો પર રૂઆબ ન કરવો એ નમ્રતા છે.
- નમ્રતાથી સંબંધો મધુર બને છે. સંબંધોને બાળવી રાખવા માટે નમ્રતા આવશ્યક છે.
- નમ્ર વ્યક્તિ સૌનો હૃદયસમ્રાટ બને છે. તેને સર્વનો પ્રેમ, આદર-સત્કાર પ્રાપ્ત થાય છે.
- નમ્ર વ્યક્તિ સર્વને સહયોગી બનાવી દે છે. તેથી તે દરેક ક્ષેત્રે સફળતાને વરે છે.
- જીવનમાં આવતા વિદ્વો તેમજ સમસ્યામાં નમ્રતા કવચ બની રહે છે.
- નમ્ર વ્યક્તિ શાંત, મક્કમ અને હિંમતવાન બને છે.
- નમ્રતા વ્યક્તિને પતનથી બચાવે છે.
- નમ્રતાનો ગુણ ક્ષેત્રવવા 'હું' અને 'માફ'ની સભાનતાથી દૂર રહીએ, પોતાની બુદ્ધિ, ધન-સંપત્તિ, રૂપ, બાતિ વગેરેને ઈશ્વરની સંપત્તિ સમજીએ, નાનાઓને પ્રેમ અને મોટાઓને આદર સત્કાર આપીએ, અહંકારનો ત્યાગ કરીએ. ઐ નમો નામરાયણ...

- લલિતપુરી આર. ગોસ્વામી

દશનામ

સરસ્વત્યુલર

... અનુક્રમણિકા ...

- 02... તંત્રીલેખ...
- 04... દશનામ સરસ્વત્યુલર ઈ-મેગેઝિન પ્રાપ્તિ સ્થાન લિંક...
- 05... કોસ્ટેલ વિદ્યાર્થીને સ્વચ્છંદી બનાવે છે કે સ્વનિર્ભર?
- 07... સત અમર દેવીદાસ સેવા ભક્તિની અનન્ય ગાથા...
- 12... પાપતા...
- 13... એપિકેશન વગરનો સ્માર્ટફોન...
- 16... ગરમીના સમયમાં પેટની સંભાળ...
- 18... ઘાસનો રંગ લાલ કે લીલો... એક બોધકથા...
- 19... કાસ્ય કહિઠાઓ...
- 20... સૌથી ભયાનક રોગ છે સેલ્ફ મેડીકેશન...
- 23... ચિત્ર સંદેશ...
- 24... આભાર...
- 25... સમાજ શ્રેષ્ઠિઓના ઈન્ટવ્યૂ વિશેષાંક વિશે...
- 26... સાદર અર્પણ...



દશનામ

સરક્યુલર

માસિક ગુજરાતી ઇ-મેગેઝિન

દર મહિને અંક પ્રાપ્ત કરવા માટે



વોટ્સએપ ગ્રુપ

JOIN



ટેલિગ્રામ ચેનલ

JOIN



ગુગલ ડ્રાઈવ

CLICK



INTERNET Archive
ગુજરાતી ઓડિયો સાથે.

CLICK

**I believer
in me**



પ્રતિકા પટેલ એમ. એલ્વાની
જામખેડપુર

હોસ્ટેલ વિદ્યાર્થીને સ્વચ્છંદી બનાવે છે કે સ્વનિર્ભર?

એક વર્ષથી વધુ સમય હોસ્ટેલમાં રહેલ વિદ્યાર્થી અને હોસ્ટેલમાં બિલકુલ ના રહેતા વિદ્યાર્થી વચ્ચે કોઈ તફાવત જોવા મળે ખરો? તો ચોક્કસપણે કહી શકાય કે હોસ્ટેલમાં રહીને અભ્યાસ કરેલ વિદ્યાર્થી વધારે પરિપક્વ અને વધુ નિર્ણયશક્તિ ધરાવતો જોવા મળે છે. એટલે જ વિદ્યાર્થી સમયગાળા દરમિયાન ઓછામાં ઓછા બે વર્ષ હોસ્ટેલમાં રહીને અભ્યાસ કરવો જ જોઈએ.

હા, મનોવિજ્ઞાનને ધ્યાનમાં રાખીને વાત કરીએ તો નાની ઉંમરમાં બાળકોને જ્યારે માબાપનાં પ્રેમ, હૂંફ અને સંસ્કાર સિંચનની જરૂર હોય છે ત્યારે હોસ્ટેલમાં મૂકવો વધુ હિતાવહ નથી. બાળકમાં જાતે નિર્ણય લેવાની શક્તિ આવે અને પોતાનાં કામ જાતે કરી શકે એવી શારીરિક શક્તિ આવે પછી જ હોસ્ટેલમાં અવશ્ય મૂકવું જ જોઈએ.

હા, કેટલાક વિદ્યાર્થીઓ સમાજને અમાન્ય હોય તેવાં વર્તન-વ્યવહાર કરતા

થયા છે, પણ તેમની સંખ્યા ખૂબ જ ઓછી છે. જેથી વિદ્યાર્થી બગડી જશે તેવો ખોટો ભય રાખીને ઘરમાં જ રહીને અભ્યાસ કરાવવો જોઈએ તે માન્યતા ભૂલ ભરેલી ગણી શકાય.

કુટુંબમાં સાથે રહીને પાંચ-દસ વર્ષમાં જેટલો વિકાસ થશે કે જેટલું શીખશે એના કરતાં હોસ્ટેલમાં માત્ર બે વર્ષમાં રહીને ઘણું વધારે શીખશે અને વધારે વિકાસ થશે.

હોસ્ટેલમાં રહીને અભ્યાસ કરવાથી સૌથી મોટો ફાયદો એ થાય છે કે વિદ્યાર્થી સ્વતંત્ર રીતે નિર્ણય લેતા શીખે છે. ક્યારેક નિર્ણય ખોટા પડે તો પણ તેમાંથી શીખે છે. વિદ્યાર્થી સ્વનિર્ભર બને છે, પોતાનાં દરેક કામ જાતે કરવાનાં હોય છે.

અભ્યાસ માટે યોગ્ય પ્રમાણમાં સમય ફાળવવો, અભ્યાસનું હોમવર્ક કરવું, ફાજલ સમયનો યોગ્ય રીતે ઉપયોગ કરવો, જાતે પથારી સાફ કરવી અને યોગ્ય સમયે સૂઈ

જવું વગેરે મિનિટે મિનિટના કામનું આયોજન કરવું પડે છે. અહીં મમ્મી કે પપ્પા નથી જે કામમાં મદદ કરે.

સામાન્ય રીતે કુટુંબ સાથે રહીને અભ્યાસ કરતા વિદ્યાર્થીના અભ્યાસ સિવાયનાં કામ મોટાભાગે મમ્મી કરતા હોય છે. અમુક નિર્ણય લેવામાં પપ્પા મદદ કરતા હોય છે.

કોઈ મૂંઝવણ હોય તો ઘરમાંથી તરત જ માર્ગદર્શન મળી જતું હોય છે. આમ થવાથી વિદ્યાર્થી અન્ય પર આધાર રાખતો બની જાય છે. જ્યારે હોટેલમાં બધું જાતે જ કરવાનું અને જાતે જ નિર્ણય લેવાના હોવાથી પરિપક્વતા ઝડપી આવે છે. અન્ય પર આધાર રાખવાની જરૂર પડતી નથી.

હોસ્ટેલમાં સહાધ્યાયી સાથે મિત્રતા કેળવાય છે. આ મિત્રતા ખૂબ જ લાંબો સમય ટકી રહે છે, જે ભવિષ્યમાં મદદરૂપ થાય છે. અન્ય વિદ્યાર્થીઓ સાથે સંગત થવાથી વિવિધ અનુભવો પ્રાપ્ત થાય છે. અન્ય વ્યક્તિને ઓળખવાની તક મળે છે. પરિજ્ઞામે જાતે નક્કી કરી શકે છે કોની સંગત સારી કે ખરાબ. પોતાના ગુણ અને અવગુણનો ખ્યાલ આવે છે. આમ, પોતાની જાતને ઓળખતા થવાય છે, જે મોટી બાબત ગણી શકાય.

હોસ્ટેલમાં પ્રવેશ લેતાંની સાથે જ ખબર હોય છે કે પોતાનું ધ્યેય શું છે. આમ, ધ્યેયની જાણકારી હોવાથી તે દિશાના પ્રયત્નો શરૂઆતથી જ કરવામાં આવે છે. ધ્યેય પ્રાપ્ત કરવામાં કેટલી મહેનત, કેવી રીતે કરવી તેનો ખ્યાલ આવે છે.

અભ્યાસ કે સ્વવિકાસ સિવાય અન્ય

ધ્યેય હોતા નથી. પોતાના સિવાયની અન્ય કોઈ જવાબદારી ન હોવાથી પોતાનાં કામ કે ધ્યેય માટે પૂરતો સમય ફાળવી શકાય છે. વધુ મહેનત અને ઉત્સાહિત કેટલાક વિદ્યાર્થી તો અભ્યાસની સાથે નાની જોબ કરીને પોતાની ખર્ચ પણ કાઢે છે. આવા વિદ્યાર્થીઓને ભવિષ્યમાં રોજીરોટીની કોઈ મુશ્કેલી પડતી નથી.

આજે ઘણા વિદ્યાર્થીઓ હોસ્ટેલના બદલે પેઈંજનેસ્ટ તરીકે રહીને પણ પોતાનું ધ્યેય હાંસલ કરવા પ્રયત્ન કરતા હોય છે. પેઈંજનેસ્ટ કે હોસ્ટેલમાં રહેવાથી ફાવશે, ભાવશે, ચાલશેને અપનાવી લેતા હોય છે. પરિજ્ઞામે અનુકૂળ થવાની શક્તિમાં વધારો થાય છે, જેના કારણે સાંવેજિક રીતે સ્વસ્થ રહેવાય છે. ઉદાસીનતાથી દૂર આનંદમય વાતાવરણ જાતે જ બનાવી લેતા હોય છે, જે ભવિષ્યમાં જીવન જીવવામાં ખૂબ જ ઉપયોગી થઈ પડે છે.

ટૂંકમાં, પોતાનાં કામ જાતે કરવા અને જાતે નિર્ણય લેવા આ બે બાબતમાં પારંગતતા લાવવી અઘરી છે. જે હોસ્ટેલ કે પેઈંજનેસ્ટ તરીકે રહેવાથી ઝડપથી અને કાયમી આવશે. માટે જ કોલેજમાં અભ્યાસ કરતા વિદ્યાર્થીને હોસ્ટેલ કે પેઈંજનેસ્ટમાં રહીને અભ્યાસ કરવાની તક આપવી જોઈએ.

પોતાનું કુટુંબ કે દેશ છોડીને પરદેશમાં અભ્યાસ કરતા વિદ્યાર્થીઓ ઝડપી વિકાસ સાથે છે તેની પાછળનું મુખ્ય કારણ એ જ છે કે તેઓ જાતે નિર્ણય લે છે અને પોતાનાં કામ જાતે જ કરે છે. તેઓ આત્મનિર્ભર હોય છે.



સત અમર દેવીદાસ

સેવા ભક્તિની અનન્ય ગાથા...

રમેશ્વરી શ્રી ગોસ્વામી 'સાચી'
લાઠડિયા, ભચાઈ (કચ્છ)



રામાયણ કાળમાં શરભંગ ઋષિનો આશ્રમ હતો, જે આજનું પરબ ધામ. શરભંગ ઋષિનાં પત્નીએ એમને રક્તપિત્તનો રોગ થયો એવો શ્રાપ આપ્યો હતો. નિયતિએ યુગો બાદ એક એવા અવતારી પુરુષને એ જ જગ્યાએ મોકલ્યા, જેમણે જીવન ભર રોગીઓની સેવા કરી. હાથેથી સાફ કરીને, રક્ત, પરત્તી સુગ રાખ્યા વિના સેવા કરનારા અવતારી ઓવિયાને આવો યાદ કરીએ. સાથે એક મહાન સ્ત્રી આત્માનો સાથ મળતાં

સેવા યજ્ઞની સુવાસ આજે પણ પ્રસરેલી છે.

ઝરવી ગુજરાત સંતો, મહંતો, પાળિયાઓ, વીરો, કવિઓ, પ્રેમીઓ, દાતાઓની ભૂમિ છે. અહીં દર દશ ગાઉમાં એક અમર ગાથા ઘટી છે. આજે પણ ગામડે ગામડે અલખ નિરંજનનાં નાદ મુંજે છે. સનાતન ધર્મ ભારતમાં સૌથી વધુ ગુજરાતમાં પ્રજ્વલિત છે એમ કહેવામાં જરાય અતિશયોક્તિ નથી. આટલો ભવ્ય ઇતિહાસ અન્ય કોઈ રાજ્યનો નથી.

આ વાત છે એક કોડભરી સ્ત્રીની, એક નિર્જાનંદી સાધુની, એકાદ ઘટના જીવન પથટી નાખવા પુરતી હોય છે.

જેતપુર તાબાના પીઠડિયા ગામના વખમણ ડવ અને કમુમાની દીકરી અમરબાઈ વિસાવદર તાબાના શોભાવડવા ગામમાં પોતાના મોસાળ યાવડા પરિવારમાં લાડકોડથી રહેતાં. આહિર કુળ અમરબાઈની ઉંમર થતાં સારા ઘરેથી સગાઈના માંગા આવવા લાગ્યા. દીકરીના માંગા આવતા વખમણ બાપા અને કમુમાએ મોસાળમાં મોટી ઘઈ રહેલ દીકરીની સગાઈ સાથે તેના લગ્નની ઉતાવળ કરી. અમરબાઈનું બગસરામાંથી માંજુ આવતાં સગાઈનો પ્રસંગ પામધૂમથી ઉજવવા વખમણ આહિરે તૈયારી આદરી. કમુમા પિયરીયાઓને સગાઈનું આમંત્રણ આપવા સાથે દીકરીને તેડવા વખમણ ડવને લઈ શોભાવડવા પહોંચી ગયાં. પીઠડિયાથી દીકરી-જમાઈ આવતા યાવડા પરિવારમાં રાજીપો પ્રવર્તી ગયો. માં, બાપને જોઈને અમરબાઈનો હરખ હૈયામાં સમાતો ન હતો. શોભાવડવામાં બે-ત્રણ દિવસ મહેમાનગતિ માણી. સગાઈમાં હાજર રહેવાનું સૌને ભાવપૂર્વક આમંત્રણ આપી પરિવાર સાથે ગામ જવા વિદાય લીધી.

વખમણ બાપાએ જાતવાન બળદોને ગાડે જોડી રાશ ઢીલી કરતાં રેવાળ યાલે બળદોએ પીઠડિયાનો મારગ લીધો. ગામમાં રુમ્મરુમ કરતા ઘુઘરાનાં અવાજ સાથે પીઠ ઉપર શોભતી ઝૂલો સાથે બળદો એકધારી યાલે આગળ વધી રહ્યા હતા. કમુમા અને અમરબાઈ સાથે વખમણ ડવ અલક

મલકની વાતો સાથે રસ્તો ઉકેલી રહ્યા હતા. બપોરની સમય થતાં બળદોને ઘડી બેઘડી આરામ કરાવવાનું વિચારતા આસોના આકરા તાપમાં વાવડીની સીમમાં સરખંજ ઋષિનો આશ્રમ જોયો. આશ્રમની બાજુમાં આવેલ વડ જોતાં રાશ ખેંચી ગાડુ વડના છાંયા નીચે લીધું. બળદોને વહેતા ઝરણાંમાં પાણી પીવરાવી નીરજ-પૂજી કરી પરિવાર સાથે બપોરી કરવા બેઠા. કમુમાએ પિયરમાંથી આવેલ સુખડીનું ભાતું ખોલતા તેની સોડમ ચારેબાજુ ફેલાઈ ગઈ. સુખડીના ત્રણ-ચાર થોસલા બાઈ ઓડકારો વેતા વડવા નીચે આરામ કરવા લંબાવ્યું.

અમરબાઈએ મા-બાપને આરામ કરતાં જોઈ વડ સામે આવેલ ઝુંપડીઓમાં રોગીઓની સેવા કરતા સાધુને જોતાં તે ત્યાં પહોંચી ગયાં. કોઠ અને રક્તપીત્તિથી પીડાતા લોકોના શરીરમાંથી નીકળતા લોહી-પરુ સાફ કરતા સાધુડાને જોઈ અમરબાઈ નવાઈ પામ્યા. દર્દીઓના લોહી-પરુ સાફ કરી સ્નેહથી સાંત્વન આપવા સાથે પાટા-પીંડી કરતા સાધુ એક પછી એક દર્દીની સારવાર કરતા આગળ વધી રહ્યા હતા. આ જોઈ અમર તેમને મદદ કરવા આગળ વધતાં સાધુએ રોકતા કહ્યું, “દીકરી, તું રક્તપીત્તિયાથી દૂર રહે તેને અડવાથી ચેપ લાગે. ‘અમર ધીમા અવાજે બોલી. ‘બાપુ, રક્તપીત્તિયાનાં લોહી-પરુ ઘસી તમે સાફ કરો છો, તોય તમને ચેપ નથી લાગતો..?”

સાધુ નમણું હસ્યા, “દીકરી, હરિનામનો ચેપ જેને લાગ્યો હોય તેને રક્તપીત્તનો ડર કેવો? અમે તો સાધુની જાત, ન જીને કી આશા, ન મોત કા ડર.”

અમર જોઈ રહી... "બાપુ, જો તમને 52 ન હોય તો હું આહીરની દિકરી છું, મને બીક કેવી? આહિરાણી છું બાપુ, અમને કોઈનો 52 હોય નહીં. મોત નિશ્ચિત છે તો 52વું શું કરવાને?"

સાધુનાં હાથ થંભી ગયા. નજર કરી રૂપ રૂપનાં અંબાર સમી જુવાન જોય છોકરી સોનાનાં ઘરેણાંથી ઓપતી હતી. સૌમ્ય રૂપ ચમકતું હતું.

"દીકરી, હું તને બીવડાવતો નથી, આ ચેપી રોગ છે એટલે દૂર રહે તો સારું..."

મીઠી રણકે અમર બોલી, "બાપુ, તમે આ ઉંમરે દીનદુઃખીયાની સેવા કરો, અને મને દૂર રહેવાનું કહો? ઈ' દીક નથી!"

સાધુને રાજીપો થયો, "દીકરી, અમને તો આદત છે, પણ તારા માટે નવું કે'વાય. અમે તો હેવાયાં થઈ ગયાં છીએ, પણ તારી કુમળી કાયા... રક્તપિત્તિયાઓનાં શરીર ધોઈ ધોઈને મારા પર ભવનાં પાપ ધોઈ છું." સંવાદ ચાલ્યો.

મૂળ મુંજિયાસર ગામના શ્રદ્ધાળુ પૂજા રબારી અને સાજણ બાઈનાં ઘેર દેવા રબારીનો જન્મ નાનપણ થી જ દેવો ભગત શ્રદ્ધાળુ જીવ. ગિરનારના જંગલમાં આવેલ રામનાથ મહાદેવના તપસ્વી ઋષિ જેરામભારતી ગોસ્વામી બાપુનાં શિષ્ય હતા. એક લેળાએ એવું બન્યું કે જેરામ બાપુ સાધનામાં લિન હતા ત્યાં જે નારાયણ બાપુ કહીને એક ગામડિયો જણ આશ્રમનાં દરવાજે ખડી થયો.

"બાપુ, સંસારમાં મન નથી ઝીઠતું. હંધુંય મીઠ્યા ભાસે છે. ભક્તિ કરતાં

આવડતી નથી. આતમનું કલ્યાણ કરવાનો મારગ ચિંધો બાપુ."

ભારતીબાપુએ ઘડી ભર ભગત સામું જોયું. રબારીનો દીકરો. વન વગડી એજ માવતર. દુનિયાનું ઝાઝું ગણિત જાણે નહીં. નિર્ભેળ માણસ.

બાપુએ વેદનાં ઉપદેશ આપવા કરતાં મનો વેદનાનો ઉપદેશ આપ્યો.

"જા બેટા, દિન દુઃખિયાની સેવા કરજે. આજ થી તું દેવો નહીં, પણ દેવીદાસ. મનુષ્ય માત્રમાં ઈશ્વર ભાળજે."

અને ગુસ્સાં શબ્દો માથે યડાવીને દેવા રબારીમાંથી સંત દેવીદાસ બનેલા ભગત નીકળી પડ્યા સેવા અર્થે.

દેવા રબારીએ સંસારનો ત્યાગ કરી સંન્યાસ ધારણ કરતાં ગુરુ જેરામભારતીએ દેવાની જગ્યાએ 'દેવીદાસ' નામ આપી રક્તપિત્તિયાની સેવા કરવાનો આદેશ કર્યો હતો. ગુરુનો આદેશ માન્યો અને અમર થઈ ગયા.

બિરદ અપના પાળતળ,

પૂરન કરત સખ આશ.

જાકો જન્મે કોઈ નહીં,

તાકો એક સંત દેવીદાસ.

અંદાજે સાડા ત્રણસો વર્ષ પહેલાંનો આ કિસ્સો.

સંત દેવીદાસને રક્તપિત્તિયાની સેવા કરતા જોઈ અમરમા ભાવવિભોર થઈ ગયાં. ક્ષણભંગુર સાંસારીક સુખની જગ્યાએ સેવામાં રહેલ સાશ્વત સુખનો સાક્ષાત્કાર કરવા કોઢિયાઓની સેવા કરવા લાગે છે.

દીકરીની ભાવના જોઈને સંત દેવીદાસ

વાળી શક્તિ નથી.

બાપ બળદોની રાશ ખેંચી ગાડુ ઊભું રાખી દીકરીની રાહ જોતા હતા.

પરંતુ અમરમાને સેવાની સમાધિ લાગી ગઈ હતી. ઘણી વાર થતાં દીકરી ન આવી એટલે માં-બાપ આશ્રમમાં આવ્યા. દીકરીને ભાવવિભોર થઈને સેવાયજ્ઞ કરતી જોઈને પહેલે તો ડહાઈ ગયાં. અરેરેરે આ શું કરે છે?

કમુમાએ તેના ખંભા ઉપર ધીમેથી હાથ મૂકી ગાડામાં બેસવાનો ઇશારો કર્યો.

અમરમાએ અચકાતી જીભે રક્તપીત્તિયાની સેવા કરવાની જનેતા પાસે રજા માંગી. "માં, મને અહીં રેવા દે. હું સેવા કરવા માંગુ છું."

બાપ થોડા તપી ગયા.

"હાલ્ય હાલ્ય હવે આવા બાવાઓનાં વાંદે યડાતું હશે."

પણ જનેતા જાણી ગયાં હતાં ભાળી ગયાં હતાં.

અમરની વાત હસી કાઢતાં કમુમાએ તેનો હાથ પકડી ગાડા તરફ આગળ વધ્યા.

"હાલ્ય બેટા, જમાનો શું કેશે. તારું વેવિશાળ થવામાં છે."

ત્યારે અમર આંખમાં આંસુ સાથે હાથ જોડી રક્તપીત્તિયાની સેવા કરવાની ફરી મંજૂરી માંગી. લખમણ ડવે મા-દીકરીની વાત સાંભળી સંન્યાસી જીવનની કઠીનતા અમરમાને સમજાવી. પરંતુ અમર મક્કમતાથી પોતાની વાતને વળગી રહેતાં શોભાવડલાથી મામા-મામી અને બગસરાથી સગાઓને તેડવા માણસો

દોડાવ્યા. શોભાવડલાથી આવેલા મામા-મામીએ સમજાવવા છતાં અમર મક્કમ રહી સૌને હાથ જોડી રજા માંગી. અમરનો વૈરાગ્ય જોઈ મા-બાપ અને મામા-મામીએ આશીર્વાદ સાથે સંત દેવીદાસના આશ્રમમાં જોડાવાની ભારે હેથે રજા આપી.

એ દરમિયાન બગસરાથી પોતાના દીકરા માટે અમરમાનું માંગુ નાંખનાર સગા આવી પહોંચતા તેમણે અમરને સમજાવી, પરંતુ અમરએ તેમની વાત કાને ન ધરતાં માથા ભારે સગાઓએ ગુસ્સે થઈ આશ્રમ માથે લેતા વાતાવરણ તંગ થઈ ગયું. અમરનો વૈરાગ્ય જોઈ મા-બાપે રક્તપિત્તિયાની સેવા કરવાની રજા આપતા સંત દેવીદાસ આશ્રમમાં સંન્યાસીની તરીકે તેઓ જોડાયા.

સરભંગ ઋષિનો આશ્રમ યુગોથી તેની આગવી ઓળખ ધરાવે છે. કચ્છના પ્રસિદ્ધ સંત મેકરણ દાદાએ અહીં કઠોર તપ કરી બાર વર્ષ સુધી કાવડ ફેરવી અન્નક્ષેત્ર ચલાવેલ. 'માનવ સેવા એજ પ્રભુ સેવા' મંત્રને સાર્થક કરતા સંત દેવીદાસે સમાજમાંથી તિરસ્કૃત કોઢીયા અને રક્તપીત્તિયાની સેવા સાથે ભૂખ્યાને ભોજનનો સિલસિલો ચાલુ રાખેલો. સંત દેવીદાસના સેવા કાર્યમાં અમરમા જોડાતા તેઓ દર્દીઓને નવરાવી, ધાવ સાફ કરી, ઔષધના લેપ અને પાટાપીડી સાથે પ્રેમથી જમાડતા. અમરમાની પ્રેમભરી હુંફ અને હામ રોગીને રોગમુક્ત કરતા. એ સાથે શીક્ષા માટે ખંભે કાવડ મૂકી ભૂખ્યાની ભૂખ ભાંગવા સદાવ્રત ચલાવતા.

શેષાશના સાદુળ ખુમાણે અમરમાની



પરીક્ષ કરતા તેને સદાય રના મર્ગે વળી અમરમાએ ભક્તિના દેવે રંગો દેતા, સત દેવીદાસે તેને કઠી બાધી શિષ્ય બનાવેલ સદ્ગુણ ભગત તરીકે પ્રસિદ્ધ થયેલ અ. શિષ્યની સમાધિ પરબધામના આજેય પૂજાય છે

ખૂબ વિરોધ થયો હતો, એક સ્ત્રી જ્યારે ઘરબાર છોડીને સત્યન. મર્ગે ચ.લે ત્યારે જમાનો સ.થે નહોતો અમરના દેવીદાસ બ.પુને ભડવાના જમાનાએ કંઈ બ.કી નહોતુ રાખ્યુ પણ દીમ દીમ સાક્ષીની ત્યાગ કરીને અ.હિરાણી જ્યારે ભક્તિન મર્ગે અ.ગળ વધ્યા ત્યારે ન.મ પ્રમ.ણે જ અમરે થઈ ગયા એક નાનકડી જ્યોત આજે તો ખૂબ પ્રજ્વલિત થઈ ગઈ છે. ગુરુ શિષ્યાના ન મ પણ એક સાથે લેવ.ય છે

અમર દેવીદાસ ।

જેરામભરતી ગોસ્વામી બાપુન. શિષ્ય દેવ, ભગત, દેવામાધો દેવીદાસ થય. અને એમના શિષ્ય. અમરના.

સત દેવીદાસ બાપુને રક્તપિતનો રોગ લાગ્યો હતો પણ કોઈની સેવા ન લીધી અને જીવત. સમાધિ લીધી. અમરનાએ પણ જીવત સમાધિ લીધી પરબ ધ.મ આજે તો ખ્ય.તનામ છે

વેદસ્ય

અહીં અષ.હી બીજન, ભવ્ય મેળો ભર.ય છે રક્તપિતના રોગીઓની માનત. પુરી થાય છે

જય સત દેવીદાસ અમર દેવીદાસ.

પ્રતિષ્ઠા



વિશ્વન. તમમ જીવા વાયક અને હકદાર છે ત્યાં કોઈ અયોગ્ય નથી કારણ કે તે ભગવાનનો અશ છે પરંતુ સમય.તરે વાસવાની સફાઈ પણ જરૂરી છે કેટલક લોકો પોતાનુ પાત્ર અટવું મંદુ કરે છે કે તેમ. અમૃત રૈડશો તો પણ તે ઝેર બની જશે

આપણે આપણા વાસણમ. એટલ. બધા કાંકર. અને પથ્થરો ભરી દીધા. છે કે હવે તેમ. હીરા અને ઝવેરાત મ.ટે જગ્ય. જયી નથી.

જીવનનુ આ પાત્ર દુર્નુલ્લી, દુરાચાર અને અનૈતિકતાના રૂપમ. એટલ. બધા કાંકર.

અને પથ્થરોથી ભરેલું છે કે તેમા સદાચાર અને આચારના રૂપમા રત્નોનો પ્રવેશ શક્ય નથી.

ભગવાનની કથા. સન્સજ અને સાર. કલ્પસોન. આશ્રયમ. દરરોજ તમ.ર. મનન સાફ કરત. રહો. જેથી આપણા પાત્રમ. ૧૬ડી ન જામે સર્વન. કલ્પ.ણને ધ્ય.નમ. રા.નીને હંમેશ.. પ્રામાણિક, નિર્દોષ. વૈર.ગ્યહીન, દોષરહિત અને સરળ રહેવાનો પ્રયત્ન કરો.

તમારુ ચરિત્ર સ્પષ્ટ થઈ ગયું કે ભગવાન આવવા.મ. લા.બો સમય નહીં લાગે



એપ્લિકેશન વગરનો

સ્માર્ટફોન...!!!

ચિરાગબીટી જી. ગોસ્વાઈ
અમદાવાદ



જો તમને એવો સ્માર્ટફોન આપવામાં આવે કે જેની અંદર એકપણ એપ્લિકેશન ના ચાલતી હોય તો તમે શું કરો? તરત ના પાડી દો અને બોલો કે, ભાણ એપ્લિકેશન વગરનો સ્માર્ટફોન શું કામનો?

સ્માર્ટફોન અને એપ્લિકેશન તો એક જ સિક્કાનો બે બાજુ છે બને એકબીજા વગર નકામ. છે. આ વાત અત્યાર સુધી સચી હતી પણ હવે નથી, કારણ કે હવે એપ્લિકેશન વગરનો સ્માર્ટફોન આવી ગયો છે તમે બરાબર વાંચ્યું છે, એપ્લિકેશન વગરનો સ્માર્ટફોન. આ ફોનમાં એ બધા જ કામ હશે જે અત્યારના ફોનમાં ચાલે છે. પણ એપ્લિકેશન વગર!

આગામી પાંચથી દસ વર્ષ બાદ અપણા માથી કોઇ એપનો ઉપયોગ નહીં કરતું હોય', આ શબ્દો Deutsche Telekom ના સીઇઓ ટિમ કોએટેગસન. છે

થોડા દિવસ પહેલાં સ્પેનની રાજધાની બાર્સેલોનામાં યોજાયેલી મોબાઇલ વર્લ્ડ

કોંગ્રેસ (MWC)-2024માં આ એપ ફી કોન્સેપ્ટ સાથેનો ફોન રજૂ કરતા સમયે તેમણે આ વાત કરી હતી Deutsche Telekom નામની જર્મન કંપનીએ Brain.ai અને Qualcomm Technologies સાથે મળીને આ એપ ફી ફોન બનાવ્યો છે જેને ટી ફોન (T Phone) અવુ નામ આપવામાં આવ્યું છે

AI આસિસ્ટન્ટ - તમારો પર્સનલ જીન:

વર્તમાન સમયે દરેક ક્ષેત્રમાં આર્ટિફિશિયલ ઇન્ટેલિજન્સ નવ નવા દ્વાર ખોલી રહી છે આ ફોન પણ તેનું જ પરિણામ છે માટે જ તેને A ફોન પણ કહેવામાં આવી રહ્યો છે સરળ ભાષામાં કહીએ તો આ ફોન એપ્લિકેશન વડે નહીં

પરંતુ A વડે ચલશે અત્યારે જે પણ સ્માર્ટફોન અ.વે છે તે તમ.મ એપ સેન્ટ્રિક હોય છે તેમ. કોઇ ફીચરના ઉપયોગ કરવ કે કોઇ કમ માટે એપ્લિકેશનનો ઉપયોગ કરવો જરૂરી છે જ્યારે T Phone એઆઇ સેન્ટ્રિક છે, જેમ. તમ મ ક મ એઆઇ વડે થશે અને એપની જરૂર જ નહીં પડે.

T Phone મા તમને એક એઆઇ અ.સિસ્ટન્ટ મળશે જે તમાર. તમ.મ કામ કરશે બસ તમારે તેને વોઇસ અથવા તો ટેક્સ્ટ વડે અ દેશ. અ.પવાનો રહેશે એક પ્રકારે તમારો પર્સનલ જીન. જે તમ.ર. દરેક અ.દેશનું પ.લન કરશે આ એઆઇ અ.સિસ્ટન્ટ અક્ટિવેટ કરવ. માટે સ.ઇડમ. એક બટન પણ હશે અને સ્ક્રીન પરથી પણ અક્ટિવેટ થઇ શકશ. 10 એપનું કામ અક સ.થે હવે તમને થશે કે આમા નવું શું છે? અત્યારે દરેક સ્માર્ટફોનની અદર વોઇસ અ.સિસ્ટન્ટ અ.વે જ છે અ.ઇફાનમા 'સિરી' અ.વે છે અને એન્ડ્રોઇડમ. 'ઓકે ગૂગલ' બ.લતા તમ.ર. વોઇસ કમાન્ડનું પ.લન થવ. લ.ગે છે જોકે અહીં વાત વોઇસ અ.સિસ્ટન્ટની નથી પરંતુ એઆઇ અ.સિસ્ટન્ટની છે વોઇસ આસિસ્ટન્ટ તો કમ.ન્ડ પ્રમાણે સબધિત એપ ખોલી આપશે અને ફોન કે મસજ કરવ. જેવ. ક.મ કરશે જ્યારે એઆઇ અ સિસ્ટન્ટ એપ વગર જ તમ.રા તમ.મ ક.મ કરી દેશે.

ફ્લાઇટ-ટ્રેનની ટિકિટ બુક કરી અ.પશે શોપિંગ કરી અ પશે સોશિયલ મીડિય. પર પોસ્ટ પણ કરશે. ફાટ. અને વિડીયો એડિટ કરશે તમાર. દિવસનું જાનિગ કરશે અને રિવ્યૂ જોઇને સારી રેસ્ટોરન્ટમ. ટેબલ પણ

બુક કરી આપશે વળી અ. તમામ કામ એક પણ એપ્લિકેશન વગર જ થઇ જશે આવ. બધ. કામ કરવ. માટે અત્યારે કેટલીય એપ ખોલીને મ.થાફૂટ કરવી પડે છે જે અ. એઆઇ ફોનમ. ચપટી વગ.ડત. જ થઇ જશે ફોનમા રહેલો એઆઇ અ.સિસ્ટન્ટ વિવિધ એપના ક.મ એક્સ.થે કરી ન.પશે

• જનરેટિવ એઆઇ અને ઇન્ટરેક્ટિવ એઆઇ

T Phone જનરેટિવ એઆઇ અને ઇન્ટરેક્ટિવ એઆઇ. ઉપયોગ વડે કામ કરે છે. ઉદાહરણ તરીકે તમે કમાન્ડ આપશે કે તમારે ટ્રોલી બેગ ખરીદવી છે એટલે એઆઇ આસિસ્ટન્ટ તમ.રી સ.થે ઇન્ટરેક્ટ કરશે. તમને ટ્રોલી બેગની સ.ઇઝ, કલર બ્રાન્ડ અને પ્રાઇઝ વગેરે પૂછશે. જેન. તમે જવાબ અ.પશે એટલે તમને બેસ્ટ રિઝલ્ટ જનરેટ કરીને અ પશે

સ.મ.ન્ય રીતે દરેક ફોન અને એપ્લિકેશનનો પોત.ની થીમ અને ઇન્ટરફેસ હ.ય છે જ્યારે અ. T Phone ની ખાસ વાત એ છે કે તે દર વખતે રિઝલ્ટને અનુરૂપ ઇન્ટરફેસ બનાવશે તમે જે કઇ કમ ન્ડ આપ્યો છે તેનું રિઝલ્ટ કેવું છે તેન. અ.ધારે ઇન્ટરફેસ બનશે અને તમને સ્ક્રીન પર જોવા મળશે. અ. વાત ઉદાહરણ વગર સમજવી થોડી અઘરી છે

બે પ્રકારના ફોન આવશે.

જે મ.હિતી સ.મે આવી છે તે મુજબ કપની બે પ્રકારના T Phone લાવી રહી છે પહેલ. એવા કે જનુ AI પ્રોસેસિંગ ફોનમ. જ દશે જેના માટે તે ફોનમા Snapdragon®

8 Gen 3 પ્રોસેસર ઇન્ટિલિજન્ટ આપવાનું
અવશે આવા ફોનમાં પ્રોસેસિંગ ઝડપી
બનશે સે જે ઊર્જાનો વપરાશ પણ ઘટશે
અને વધારે કસ્ટમાઇઝ રિઝલ્ટ જોવ
મળશે જે પ્રમાણમાં થોડા મોઢા હશે

બીજા એવા કે જેનું AI પ્રોસેસિંગ ક્વાલિટી
અટલે કે સર્વર પર ઘશે એટલે કે ફોનને તમે
કોઈ કમન્ડ આપશો તો તેની પ્રોસેસ કોઈ
બીજી જગ્યા પર રહેલા સર્વરમાં થશે તન.
ફાયદો એ થશે કે યુઝરને પાવરફુલ અભાષ
પ્રોસેસિંગની સુવિધા મળશે. આ સિવ ય
સૌથી મોટો ફાયદો કે આ પ્રકારન. ફોન
સસ્તા હશે કારણ કે તેમાં મોઢા પ્રોસેસરની
જરૂર નહીં પડે, પ્રોસેસિંગ તો ક્વાલિટી પર
થશે

• ફોન કઈ રીતે કામ કરશે?

1 તમે અમદાવાદથી દિલ્લી જવા માટે
બેનની ટિકિટ બુક કરવાનો કમાન્ડ
આપશો એટલે તારીખ, સમય અને
એરલાઇન વિશે તમને સવાલ પૂછશે તમે
આ વિગતો જણાવશ. એટલે તમને ફલાઇટ
માટેન. વિવિધ આપ્શન મળશે તેમાં તમે
સૌથી સસ્તી અથવા તો સૌથી ઝડપી
ફલાઇટને પસંદ કરો અને ત્યાંથી જ પેમેન્ટ
કરી ટિકિટ બુક કરી શકશો

2 તમારે ટોલી બેઝ ખરીદવી છે અને તે
માટે કમન્ડ આપશો એટલે તે પ્રમાણની
વિવિધ ટોલી બેઝ આવી જશે ત્યારબાદ
ફોન સાથે ઇન્ટરેક્ટ કરીને તમે કલર, સાઇઝ
અને કિંમતનું આધારે કસ્ટમ ઇઝ રિઝલ્ટ
મળવી શકશે. પસંદ આવેલી બાંજુ ત્યાં જ
પેમેન્ટ કરીને ખરીદી શકશો

3 ફોનને કમાન્ડ આપીને એમ.ઇની
મદદ વડે તમે ક.ઇ પણ ફોટો બનાવી
શકશો અહીંથી જ બીજો કમન્ડ આપીને
તેને સીધી સાશિયલ મીડિયા પર શેર પણ
કરી શકશો

4 તમને કોઈનો મેસેજ આવશે કે
દિલ્લીનો ટ્રિપ કેવી રીતે રહી છે? તો ફોન
જાતે તમને સજેસ્ટ કરશે કે જે ફોટો અને
વિડીયો લીધા છે તે કમ્પાઇન કરીને એક
વિડીયો બનાવી દઉં જે માકલી શકાય? તમે
હા પાડશો એટલે થોડીવારમાં વિડીયો બની
પણ જશે

આ તમામ કામ માટે એક પણ ઓપની
જરૂર નથી. એઆઇ અસિસ્ટન્ટ દ્વારા
ઓટોમેટિક બધા કામ થઈ જશે આ તો
તમારા સમજવા માટે કેટલાક ઉદાહરણ
આપ્યા છે બાકી તો આ ફોનમાં એ તમામ
સુવિધાઓ મળશે જે અત્યારના
સ્માર્ટફોનમાં મળે છે

અત્યારે એપ્લિકેશનની દુનિયામાં ગૂગલ
અને 'એપલ'નું એકઠાથું શાસન છે
સ્માર્ટફોન યુઝર્સને પ્લે સ્ટોર અને એપ સ્ટોર
પર આધાર રાખ્ય. વગર છૂટકો નથી. જોકે
T Phone તેમનું આ શાસન પૂરું થવાનું
સંકેત આપી રહ્યો છે

આ તો હજુ શરૂઆત છે એક પ્રકારે
જોઈએ તો T Phone એ સ્માર્ટફોનનું
ભવિષ્ય છે આ એ ટેકનોલોજી છે જે
સ્માર્ટફોનની દુનિયામાં ક્રાંતિ લાવી શકવા
માટે સક્ષમ છે જે રીતે જનરેટિવ એઆઇ
આગળ વધી રહી છે તેને જોતા હવે આ
ક્રાંતિ બહુ દૂર નથી



ગરમીનાં સમયમાં પેટ ની સંભાળ...

ડૉ. નંદિની એલ. ગોસાઈ
જામનગર



આકરી ગરમીથી કેવી સમસ્યાઓ થઈ શકે?

તાપમાનમાં વધારો થવાના લીધે શરીરના રક્તના પ્રવાહ પર અસર પડે છે. અ.વુ જ્યારે થાય ત્યારે આપણો જીઆઈ સિસ્ટમને સૌથી વધુ અસર થાય છે. અ.ન.થી ગેસ્ટ્રોઇન્ટેસ્ટિનલ ફ્લેર-અપ થઈ શકે છે તેન થી પેટમાં દુખાવો અને ઝડ થાય છે.

પેટના આરોગ્યને સુધારવા માટેના ઉપાયો

- દૂધની બનાવટો લેવાનું ટાળો દૂધ પીધ,

પછી થોડી રાહત લાગે, પણ તેન.થી શરીરનું તાપમાન વધી શકે છે. ચીઝ, આઈસક્રીમ અને માખણ જેવા પદાર્થો ઓછા લો.

- તમ.ર. અ.હારમાં પ્રોબ.યોટિક્સ ઉમેરો: કોમ્બુચા, (એક પ્રકારનું ફોરિયન પીણું, બીઓ, હર્ડી બીઓ. પ્રોબ.યોટિક લેવાથી પણ પેટન. સારું બેક્ટેરિયા બને છે.
- નિયમિતપણે શરીરિક પ્રવૃત્તિ કે કસરત કરો. ચાલવા દોડવા અને યોગને તમારો નિત્યક્રમ બનાવો જેન.થી પાચનમ. મદદ

મળશે શરીરની હલનચલનથી પેટન
કુખાવ.મ. તથા તણાવ ઘટ.ડવ.મ. પણ
મદદ મળશે

- હાઇડ્રેશનની જરૂરિયાતો ધ્યાનમાં લો
તમારા પરસેવાના લીધે શરીરન
પાણીના થતા નુકસાનને ભરપાઈ કરવો
પૂરતું પાણી પીઓ દરરોજ ૭-૧૦ ગ્લાસ
પાણી પીવું જોઈએ

ફૂડ પોઇઝનિંગ:

ગરમીનો પારો ઊંચે જતા જ ફૂડ
પોઇઝનિંગની સંભવનાઓ વધી જાય છે
બહાર જમવાનું બનાવતી વખતે ખોરક
બગડવાની તકો રહેલી છે કારણ કે સ.મ.ન્ય
દિવસોની સરખામણીએ ગરમીન
બેક્ટેરિયા ઝડપથી બનતા હોય છે. ફૂડ
પોઇઝનિંગન. લક્ષણો વિશે જાણકારી હોવી
જરૂરી છે જો તમને નીચે મુજબન. લક્ષણ
હોય તો સરવાર માટે તમે યોગ્ય નિર્ણયો
લઈ શકો છો:

- તાવ = ઊંચટી = પેટના ચૂક આવવી •
પેટમાં ગરબડ • બેચેની • ઝાડ.

ઉનાળામાં સારા પાચન માટેની ટિપ્સ:

- પૂરતું પાણી પીઓ

ઉનાળાની ઋતુમાં તમારે શરીર સરળ
રીતે ચાલે તે નાટે પૂરતું હાઇડ્રેશન હોવું
જરૂરી છે પૂરતા પ્રમાણમાં પાણી પીવાથી
પોષકતત્વો શોષવાની ક્રિયા સુધરે છે અને
પાચન સારી રીતે થાય છે ન.રિયેળનું પાણી
પીવું જોઈએ

- વધુ પડતો તીખો અને તળેલો આહાર
ટાળો

તમે જેવો આહાર ખાઓ તે પ્રમાણે
પાચન થાય છે ઉનાળા.મ. નિયમિત
તબક્કાવાર થોડું-થોડું ભોજન લેવ થી પાચન
સરળ બને છે વધુ પડતો તીખો અને
તેલવાળા ખોરક લેવાથી સરળતાથી પાચન
થતું નથી અને તેન થ બ્લોટિંગ કે એસિડીટી
થઈ શકે છે

- સતુલિત આહાર લો

ગરમીન. થોડા અને સતુલિત આહાર
લેવો જરૂરી છે ટામેટા, સફરજન નડબૂચ,
કાકડી અને પાંદડેપલ જેવા સિંજનલ ફળો
અને શાકભાજી લેવ.થી શરીરન. પાણીનું
પ્રમાણ જળવાય છે અને પેટની સમસ્યાઓ
હળવી કરવામાં મદદ મળે છે. તમાર.
આહારન. વધુ ફાઇબર ઉમેરવાથી પણ
પાચન સરળ બનશે

- કોફી, આલ્કોહોલ ટાળો

દૂધની બનાવટો ઉપરાંત કોફી,
આલ્કોહોલ અને અન્ય કાર્બોનેટેડ પીણા થી
પણ પેટન. ગરબડ થઈ શકે છે કારણ કે આ
પ્રોડક્ટ્સથી ડિહાઇડ્રેશન થાય છે

- પૂરેપૂરું પેટ ભરીને ન ખાઓ

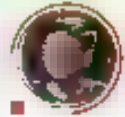
તીખા, તળેલા અને જડ ફૂડ ટાળવા
ઉપરાંત વધુ પડતું ખ.વાથી પણ ઉનાળા.મ.
અપચો થાય છે જો તમને પેટની સમસ્યાઓ
પહેલેથી જ હોય તો થોડું થડું કરીને ખાવ.નું
રાખો આનાથી પાચન સરળ બનશે



ધાસનો રંગ લાલ કે લીલો...

મથનપુરી એલ. ગોસ્વામી

સુરત ■



જગલન, એક વાર એક ગધેડો અને વાઘ
સ.મસ.મે આવી ગયા

ગધેડાએ વાઘને કહ્યું કે આ ઘ.સનો જેમ
કેમ લ.લધૂન થઈને ફરો છો ?

વાઘે કહ્યું ઘાસ લાલ નથી તે લીલું છે

આથી ગધેડાએ કહ્યું ન. ઘ.સ લાલ જ છે
તમને બબર ન પડે!

વાઘે કહ્યું ઘાસ લીલા રંગનું જ છે

પણ ગધેડો મ.ન્યો જ નહીં આથી વાઘને
ગુસ્સો આવ્યો તે વધારે જોરથી બાલ્યો
ઘાસનો રંગ લીલો છે પણ ગધેડો મ.ન્યો જ
નહીં એટલે આ ઘાસના રંગનો પ્રશ્ન જગલન,
રાજા સુધી લઈ જવાનું નક્કી થયું.

ઘાસનો રંગ કયો? આ પ્રશ્ન લઈ ગધેડો
અને વાઘ જગલન, રાજા સિંહને દરબ રમ
ગયા.

રાજાએ કહ્યું બોલો શું સમસ્યા છે?

એટલે ગધેડો બોલ્યું, મહારાજ આ
ઘાસનો કવર લાલ છે છતાં, આ લાલમાં
માનવ તૈયાર જ નથી તેઓ ઘાસને લીલું
રંગનું કહે છે! હવે તમે જ કહો કે ઘાસના રંગ
કયો છે ?

થોડો વિચાર કર્યા પછી રાજા એ કહ્યું કે
ગધેડો સાચા છે ઘાસનો રંગ લાલ જ છે
આવ, ફાલતુ પ્રજાથી રાજાના દરબારનો
સમય બર્બાદ કરવા બદલ વાઘને એક વર્ષ
માટે જગલમાંથી બહાર રહેવાની સજા
ફટકરવામાં આવે છે. !

આ સામળી ગધેડો તો ખુશ થઈ ગયો
અને રાજાની જય બોલવતો ત્યાંથી ચાલ્યો
ગયો પણ વાઘ ત્યાં જ ઉભો રહ્યો અને
રાજાને કહ્યું કે મને સજા કબૂલ છે પણ
કહીકત એ જ છે કે,

ઘાસનો રંગ લીલો જ છે

આ સામળી રાજાએ કહ્યું કે મને પણ
બબર છે કે ઘાસનો રંગ લીલો છે

આથી વાઘે કહ્યું તો હું સચો હોવા છતાં
મને સજા કેમ કરવામાં આવે?

આ સામળી જગલના રાજા સિંહ જે કહ્યું
તેમાં એક સુદર બોધ આવે છે. !

સિંહે કહ્યું કે ઘાસ તો લીલા રંગનું જ છે
પણ તારો વાક એટલો જ છે કે તે ગધેડા
જોડે ચર્ચા, ઉત્તરી તારો સમય બર્બાદ
કર્યો..."



- * ૫૫૫. લ બેટ, અ. ૨૦૦૦ રૂપિય.
દીકરો ૫૫૫, કેમ અ.જે સામેથી ૨૦૦૦ રૂપિય, મને અ.પો છો?

૫૫૫. અ. ત.રી પહંલી સેલરી છે

દીકરો અરે ૫૫૫, ભૂલી ગય. ? હું ક્યા કોઇ નોકરી કરું છું ?

૫૫૫. ના ના બેટ, તને નથી ખબર પણ તું બહુ સ.રી નોકરી કરે છે જ્યારથી તે મોબાઇલમા WhatsApp ડાઉનલોડ કર્યું છે ત્યારથી આખી રાત તું જાગે છે, અને એટલે અન.રે વોચમેન નથી ર.નવો પડ્યો એટલે આ વાચમેનનો પગ.ર તને અ.નું છું બેટ

* * *

- * મ.સ્ટર ૫૫૫ તરફ આગળી ડીધીને પૂછ્યું, સર્વન મન બે ઉદાહરણો અ પા ૫૫૫ કોણ ? હું ?

મ.સ્ટર બિલકુલ સ.રુ બસો !!

* * *

- * દુકાનદાર બહેન, તમે દુક.ને આવો, દા.ગીના જુઓ પણ તમે કેમ કંઈ ખરીદતા નથી ?

અ હક હું તો હમેશા લઈ જાઉં છું પણ તમે ધ્યાન આપત. નથી

* * *

- * Tesla ક.ર કંપની એ Driverless CAR બન વી છે

એમા એટલ. ફીચર છે ને કે

એકઃ હમો ચુકી જાઓ ને... તો

ક.ર પોતે જ બેન્ક મ. જતી રે. બોલો !!

- * અક માથે પોત.ન. દીકરાને સવારમ, વહંબ. જગાડત. કીધું "બેટ, ઊભો થ. આજથી તારે સ્કૂલે જવ.નું છે"

દીકરાએ કીધું "મમ્મો મને સુવ. દયો, આજ સ્કૂલ નથી જવું, બહુ કટાળો આવે છે" તો મ. એ બોજાઈને કહ્યું "આબસ ખામેરીને છ નીમ.નીનો ઊભો થ. બહુ રખડી લીધું વેડેશનમ, તું સ્કૂલે નહી જા તો કેમ ચ.લશે ?

રોયા તું તો "મ સાર છો "

* * *

- * નવા જમાનામા એક નવો ફેશન નીકળી છે ને

લ઼. દવાના હોય એ વર કન્યા 6 days to go, 5 days to go, એમ પોતાના સ્ટેટસ પર WhatsApp મ. લખે

તો વીજુડી એ પણ લખ્યું,

4 Days to go 3 Days to go

2 Days to go

એની બેનપણીએ પૂછ્યું,

વીજુડી, તાર. તો લગન થઈ ગયા છે ને તારે તો દીકરી પણ નથી

કોઈ ભાણેજ-ભત્રીજડાન. લગન છે કે શુ ? ? ?

તો વીજુડી કે ના બેન ના !!

અ. તો...

છૂદાનું તપેલું તડકે મૂક્યું છે

છ' લવ.નું ભુલ.ઈ ન જાય એટલે લખ્યું છું ..



ડૉ. સામરગીરી આર ગાંધી
આમનગર



સાથે મયાના રાંધે

સેલ્ફ મેડિકેશન

જેણે અ.મ. જગતને જીતવા વિશ્વ યુદ્ધ કર્યું અને હજારો લોકોને જીવ લીધા એવ. એડોલ્ફ હિટલર અતે અ.ત્મહત્યા કરી જેની ફિલ્મો 'ક્લાસિક કહેવાય છે એવ. ગુસ્સા જીવ. મહાન કલાકાર ઊંઘની ગોળીઓ લઈને અ.ત્મહત્યા કરી વિદેશમાં ફિલીપ એડમ્સ જેવ. ફૂટબોલ ખેલાર અને ફિટલ કસ્ટ્રો જેવ. ક્યુબાના રાજકરણી અ.ત્મહત્યા કરીને મૃત્યુ પામ્યા. એલ્વિસ પ્રેસ્લી મેરેલિન માનરો અને સુશાંતસિંહ રાજપૂત જેવા સફળ અન જની પ.સે જગતને ખૂબ અ.શા હતી એવ. લોકોએ આત્મહત્યા કરી આ બધાની તપસ થઈ ત્યારે જાણવ મળ્યું કે, અ. લોક. એન્ટિડિપ્રેસન્ટ હવ. લેતા

હત. સ.યક્રિ.ટ્રિસ્ટ (માનસશાસ્ત્રી) ની ટ્રીટમેન્ટ હેઠળ હતા

છેલ્લ. થોડા સમયથી એવ જોવા મળે છે કે આ ડિપ્રેશનનો રોગ સમાજમાં વધુને વધુ ફેલાઈ રહ્યો છે મ.સાસ પ.સે બધું જ હોય તેમ છતાં જ્યારે એને બધું ઓછું પડે ત્યારે અસતીષમયી જન્મલો અભ.વ એનો સ્વભ.વ બની જાય છે કેટલક લોકોને અ. અભ.વમ. જીવવાની એવી ટેવ પડે છે કે પછી એને જીવન જ નક.મુ લ.ગવ. માટે છે

આજના સમયમાં સ.યક્રિ.ટ્રિસ્ટ (માનસશાસ્ત્રી) પાસે જવું એ શ્રીમત અને ભણેલ-જણેલા-એડ્યુકેન્ટ ક્લાસમાં ફેશન બનતી જાય છે એની સામે કેટલક લોકોને

ખરેખર માનસિક સમસ્યા હોય છે, પરંતુ અન સમસ્યા તરીકે સ્વીકારવા, પણ અ.વ. લોકો તૈયાર નથી હોત માનસશાસ્ત્રી પાસે જવું એટલે ગાડ, હવું નહીં, એ વત સમજવી જરૂરી છે બીજી એક મહત્વની વાત એ છે કે નાની મોટી નિષ્ફળતા કે ધાર્મ્ય નહીં થવાની પરિસ્થિતિ સૌના જીવનમાં આવે છે એને કારણે હવે કશું સારું નહીં જ થાય એવું માની લેવું અ બેવફૂફી છે

મનને અ.પણે જેવું કરીએ તેવું દ.ય વડીલો જ્યારે આ વાત કહેતા ત્યારે કદાચ બહુ સમજાઈ નહીં પરંતુ હવે જ્યારે ધુવ. પેઢી જરૂરી બિનજરૂરી દવ આ યજ્ઞ - મમરાની જેમ લેતી દેખાય છે ત્યારે અ. કહેવત અથવા સલાહ સાચા અર્થમાં સમજાય છે વજન વધારવા અને ઘટાડવા, માટેની દવ.ઓ. જાગવા અને ઊઠવા માટેની દવ.ઓ, ખુશ રહેવા માટેની દવા નશો કરવા માટેની દવા અને અ. અધી દવાઓ શરીરને જે પ્રકરની અડઅસર કરે છે એ વિશે નવી પેઢી પાસે માહિતીનું સૌથી હાથવગું સંપન હોવ. છતાં આખી પેઢી તદ્દન બેદરકાર છે બેપરવાહ અન બેજવાબદાર રીતે દવ.ઓ લઈ રહી છે એ કેટલી ચિંતાજનક બ.બત છે

કેટલાક લોકોને દવા લેવાનું વિચિત્ર વળગણ હોય છે એક યા બીજી રીતે અ.વ લોકો પોતાના શરીરમાં બી.મ.રી શોધ્યા કરે છે પોતાની અ.સપાસની પરિસ્થિતિ એમને અનુકૂળ ન હોય તેથી પોતાના પ્રિયજન કે સ્વજનનું અટેન્શન મેળવવા, ધ્યાન ખેંચવા, કેટલક લોકો સતત માદા હોવાનું, અસ્વસ્થ હોવાનું બહાનું બન.વ્ય. કરે છે

કેટલીકવાર પરિસ્થિતિથી ભાગવા માટે કે કામ નહીં કરવા, માટે, અણઅ.વડત કે લઘુત.અધિને કારણે પ.છ. પડતા લોકો માટે પણ 'બીમારીનું બહાનું કામ લાગી જાય છે આવ. લોકો બી.મ.રીન. નામે કમરનો દુખ.વો. છતીમ દુખાવો કે ચક્કર અ.વવા. જેવો ફરિયાદ કરે છે આ ફરિયાદનું ક.ઈ તબીબી પ્રમાણ નથી હોતું, એટલે આવ. લોકો માટે શારીરિક તકલીફનો ફરિયાદ કરીને અન્ય લોકોની સહાનુભૂતિ કે અટેન્શન મેળવવાનું સરળ બન છે

અ.વ. લોકો ધીરે ધીરે ખોરિંગ અને કટ.ળાજનક બનતા જાય છે લોકો એમને મળવાનું ટાળે છે કારણ કે એમની પાસે પોતની બી.મ.રી સિવાય બીજી કોઈ વાત હ.તી નથી. અ. અક વિષયક છે, લોકો એમને નથી મળતા અને ટાળે છે માટે એમનું અટેન્શન મેળવવા આ લોકો વધુને વધુ બીમાર હોવાનું નાટક કરે છે અ. લોક. બીમારીના ન મે ફરિયાદ કરતા રહે છે તેથી વધુને વધુ લોક. એમન મળવાનું ટ.ળવા. લાગે છે

જાતે જ શોધેલી ઊંઘી કરેલી બીમારીની જેમ સેલ્ફ મેડિકેશન' (જાત જ દવાઓ લીધ. કરવી) આજન સમયનું સૌથી મોટું દૂષણ છે.

લગભગ બધ. જ ગૂઝલ યુનિવર્સિટીના વિદ્યાર્થીઓ છે એટલે જાતે જ ગૂઝલ પર સર્ચ કરીને કે અધકચરી માહિતી સા.થે દવાની ટીકડીઓ લેવા ની કુટેવ વધતી જાય છે કફ સિરખને શરાબની જેમ પીવો ડોકટરને પૂછ્ય વગર ઊંઘની ગોળીઓ લેવી અને

અમુક પ્રકારની દવાઓને ફૂગની જોમ વાપરવાની ફેશન અને ઘેવછ. યુવ. પેઢીન બરબ.દ કરી રહી છે

સૌથી મોટો પ્રોબ્લેમ પેઈનફિલર અને વિટામિન્સનો છે મોટ.ભાગન. લોકો માને છે કે, ઓવર ધ કાઉન્ટર મળત વિટ મિન્સ શરીરને સાચવવા.નુ અથવા ઈમ્યુનિટી વધારવા.નુ કમ કરે છે અ.પણે જાણત. નથી પરંતુ વધુ પડતુ કેલ્શિયમ લેવાથી ખરો થાય છે અને વધુ પડતા વિટામિન સીથી ત્વચાન. રોગો થાય છે

શરીરને જેની જરૂર હોય એટલ. જ તત્વો બહારથી ઉમેરવા. જોઈએ બ કીન તત્વો અ.પણા ભોજનમ. અને અ.પણો નિયમિત જીવનશૈલીમા ઉપલબ્ધ જ છે પરંતુ આજન. સમયમ. દવ ઓ પણ દેખ.દેખીથી લવ.મ. આવે છે નહીં જાણત. કે અ.છ જાણત. લોકો વોટ્સએપ ઉપર અર્થહીન મ.હિતી અપલોડ કરે છે અને કેટલાક લોકો એને સ ધી મ.નીને એનુ અનુસરણ કરે છે દવા-વિટ.મિન કે શરીરમ.

કોઈપણ પ્રક.રન. કેમિકલ તત્વને ન.બત. પહોંલ. ભણેલ. અને ડિગ્રી ધર.વતા ડોક્ટરની સલાહ લેવી અનિવ ર્થ છે

જીવન ત્રને કુદરતે સેફ હીલિંગ (જાતે જ સાજા થવાનુ એક અદ્ભુત વરદાન) આપ્યુ છે માત્ર બ્લ.સ્ટરમા રાખવ થી હ.ડકાની તિર.ડ સધાય છે અવો જ રીતે ઘ. ધોરે ધીરે રુઝાય છે માદો પડેલી વ્યક્તિ ધીમે ધીમે સાજી થાય છે આ કુદરત છે

અ.પણે સૌ વધુ પડતી દવા.ઓ લઈન શરીરને અને કુદરતે અ પણને આપેલ અ. સેફ હીલિંગના વરદાનને નુકસાન પહોંચ.ડી રહ્યા છીએ ગમે તેટલ. દાવ. કરવ છતા. પણ દવામ. સ.ઈડ ઈફેક્ટ હોય છે એટલે એક બ.બત સાજી થાય એની સ.થે એક નવી સમસ્યા ઊભી થવાની શક્યતા રહેલી છે

કરણ વગર શરીરને પપાળવા.નુ છોડીન બિનજરૂરી દવા.અ.નુ વ્યસન મૂકીને આપણે વધુ સારુ અને સ્વસ્થ જીવન જીવી શકીએ એવો પ્રય.સ કરવો જોઈએ.

COLOR PRINT

Graphic Designer



G.Publications
TYPOGRAPHY CMYK

COLOR PRINT

9099 550 835

lrgaurn@gmail.com

SCANNING

આજની સ્કૂલોની વાસ્તવિકતા



આભાર

ૐ નમો નારાયણ,

અત્યંત આનંદની લાગણી સાથે આ 'દશનામ સરસ્વતી' ઈ-મેગેઝીનનો જુલાઈ-૨૦૨૪નો ૨૫મો અંક આપની સમક્ષ રજૂ કરવાની સાથે 'દશનામ સરસ્વતી' ને વર્ષ પૂર્ણ કરી ત્રીજા વર્ષમાં પ્રવેશ કરે છે. આપના સહકાર બદલ આપ સર્વે જ્ઞાતિબંધુઓ, વાચક મિત્રો, લેખક બંધુઓ સર્વેનો દિલથી આભાર વ્યક્ત કરું છું...

મને આશા છે કે આ અંક પણ આપને જરૂર ગમશે અને ઉપયોગી થશે. અગર આપ એવું ઈચ્છતા હો કે આ અંક આપણા સમાજના દરેક પરિવાર, સભ્ય સુધી પહોંચે, તો આપ આપના સગા-સ્નેહીજનો-મિત્રોના શ્રુપમાં પણ જરૂર શેર કરજો.

'દશનામ સરસ્વતી' ઈ-મેગેઝીનમાં સંકલિત કરેલી કેટલીક ઉપયોગી માહિતી સોશિયલ મિડીયાના માધ્યમથી આપણા સમાજની દરેક વ્યક્તિ, પરિવાર સુધી પહોંચે અને ઉપયોગી થાય એવો અમારો આ નમ્ર પ્રયાસ છે. આ ઈ-મેગેઝીનનો અંક દર અંગ્રેજી મહિનાના પ્રથમ સપ્તાહમાં પ્રસિદ્ધ થાય છે.

'દશનામ સરસ્વતી' ઈ-મેગેઝીનને કષ્ટ પણ શ્રેષ્ઠતમ બનાવવા આપના સૂચનો આવકાર્ય છે.

આ અંક માટે આપનો અભિપ્રાય અમને વોટ્સએપ, ટેલિગ્રામ અથવા ઈ-મેલ પર જરૂર મોકલશો, આપનો અભિપ્રાય અમારો ઉત્સાહ વધારશે.

'દશનામ સરસ્વતી' ઈ-મેગેઝીનના આગળના દરેક અંક આપ અમારી ટેલિગ્રામ ચેનલ, વોટ્સએપ શ્રુપ, ગુગલ ડ્રાઈવ તેમજ ઈન્ટરનેટ આરકાઈવ પરથી દરેક અંક વિનામુલ્યે પ્રાપ્ત કરી શકો છો. જેની લિંક આ અંકમાં આપેલી છે.

આપના આશીર્વાદ અને સાથ સહકાર મળતા રહે એવી અપેક્ષા સહ...

ૐ નમો નારાયણ...

- લલિતપુરી આર. ગોસ્વામી



દશનામ

સરક્યુલર

“સમાજ શ્રેષ્ઠીઓના ઇન્ટરવ્યૂ વિશેષાંક”

ઓમ નમો નારાયણ.

જ્ઞાતિજનો.

આપ સૌને જણાવતાં આનંદ થાય છે કે દશનામ ગોસ્વામી સમાજનાં પ્રસિદ્ધ મેગેઝિન “દશનામ સરક્યુલર”માં ગોસ્વામી સમાજની વિશેષતાઓ પર વિશેષાંક બનાવવામાં આવી રહ્યો છે.

જેમાં આપણાં ગોસ્વામી સમાજનાં પાળિયાઓ, જીવંત સમાધિઓ, શૂરવીરો, સંતો, કથાકારો, ખેલાડીઓ, કલાકારો વગેરે મહાનુભવોનાં ઇન્ટરવ્યૂ, સહિતનાં વિવિધ સાહિત્યિક વિશેષાંકો બનાવવામાં આવી રહ્યો છે. આપણાં ભવ્ય ઇતિહાસને તાજો કરવાનો અમારો આ નમ્ર પ્રયાસ આપ સૌને ગમશે એવી આશા.

ટૂંક સમયમાં પ્રથમ વિશેષાંક પ્રકાશિત થશે.

“સમાજ શ્રેષ્ઠીઓનાં ઇન્ટરવ્યૂ વિશેષાંક.”

નિઃસ્વાર્થ ભાવે સમાજ સેવા કરતા ગુજરાતભરનાં મહાનુભાવોનો જીવન પરિચય.

તંત્રી શ્રી
બલિતપુરી રામપુરી ગોસ્વામી,
(9898 550 883)

સહતંત્રી શ્રી
રમેશપુરી ઉમેદપુરી ગોસ્વામી
“સારથિ”.
(9887 822 505)

e-mail:- dashnamcircular@gmail.com

શત્ શત્ નમન

અમારામાં સંસ્કારો અને આવડતોનું શિંચન કરનાર
અમારાં માતા-પિતાને...

કર્મણ્યેવાધિકારસ્તે મા ફલેષુ ક્વાચન ।
મા કર્મફલહેતુર્ભૂર્મા તે સંગોઽસ્ત્વકર્મણિ ॥

પૂ. પિતાશ્રી રામપુરી નારણપુરી ગોસ્વામી • પૂ. માતૃશ્રી જમનાબેન રામપુરી ગોસ્વામી

